

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของการศึกษาวิจัย

มุมมองเกี่ยวกับสภาพปัญหาหรือทุกข์ในทางพุทธศาสนา ได้อธิบายสรุปชีวิตที่มีชั้น ๕ เป็นดังทุกข์ ในพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย นี่คือนักขณธรรม ๕ ได้แก่ ความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความตาย เป็นทุกข์ ความประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งที่รักเป็นทุกข์ ปราศจากสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้นก็เป็นทุกข์ โดยย่อ อุปาทานชั้น ๕ เป็นทุกข์”

จากพุทธพจน์ดังกล่าว แสดงให้เห็นถึงมุมมองเกี่ยวกับความทุกข์ในชีวิตว่าเป็นเรื่องธรรมดาสามัญของการได้ถือกำเนิดขึ้นมามีชีวิตแล้ว ฉะนั้น การใช้เวลาในชีวิตที่มีอยู่เพื่อการแสวงหาหนทางปฏิบัติตนเพื่อความหลุดพ้นทุกข์และเพื่อนำพาชีวิตให้เกิดคุณค่าจึงเป็นความหมายสำคัญของการพัฒนาคุณภาพชีวิต ดังหลักธรรมที่สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าได้แสดงไว้ในพระพุทธานุญาตตรัสว่า ผู้ใดเห็นธรรมอันสูงสุด แม้มีชีวิตอยู่เพียงวันเดียว ประเสริฐกว่าผู้ไม่เห็นธรรมอันสูงสุดที่มีชีวิตอยู่ตั้ง ๑๐๐ ปี^๑ ซึ่งคุณค่าและความหมายของการปฏิบัติธรรมที่แท้จริงจึงเปรียบได้กับการสร้างสุขภาวะที่ดีให้เกิดขึ้นในชีวิตทั้งด้านร่างกายและด้านจิตใจอย่างเป็นรูปธรรมยั่งยืน กล่าวคือ สามารถนำไปสู่การพัฒนาองค์ประกอบของการสร้างคุณภาพของชีวิตที่ดีให้เกิดขึ้นได้อย่างสมบูรณ์ สมดุล และต่อเนื่องในอนาคต”

ในขณะที่คุณค่าและความหมายของคุณภาพชีวิตนั้น มีการจำกัดนิยามในวงกว้างและหลากหลายแง่มุม ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับการตีความของแต่ละบุคคล ซึ่งหากตีความในคำว่า คุณภาพ กับคำว่า ชีวิต แล้ว พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒ ได้อธิบายไว้ว่า คุณภาพ หมายถึง ลักษณะความดี ลักษณะประจำบุคคลหรือสิ่งของ ส่วนคำว่า ชีวิต หมายถึง ความเป็นอยู่ ดังนั้น คุณภาพชีวิต จึงหมายถึง ความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล^๒ โดยสรุปแล้ว คุณภาพชีวิต

^๑วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๔/๑๘.

^๒พ.ร. (ไทย) ๒๕/๑๑๕/๖๖.

^๓IISD, Sustainable Development : From Brundtland to Rio 2012, (New York : United Nations Headquarters, 2010), p. 9.

^๔พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๔๒), หน้า ๒๕๓.

จึงหมายถึงลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคลที่ประกอบด้วยปัจจัยพื้นฐานที่พอเพียงและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพของแต่ละบุคคลทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งการจะเกิดคุณลักษณะดังกล่าวได้ บุคคลจำเป็นต้องเรียนรู้ที่จะปรับเปลี่ยนมุมมองและทัศนคติของตนเองเพื่อนำไปสู่การดำเนินพฤติกรรมหรือการปฏิบัติตนที่จะส่งผลต่อการยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้นได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งสอดคล้องกับบริบทของชีวิตที่เป็นอยู่ในปัจจุบันทั้งในแง่มุมมองของการแก้ปัญหาและการพัฒนาได้อย่างถูกทิศทาง

ผลการศึกษาที่น่าสนใจเกี่ยวกับสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน พบว่าประเทศไทยจำเป็นต้องมีการพัฒนาทางด้านสุขภาพ ทางด้านการศึกษา ทางด้านความเหลื่อมล้ำทางรายได้ ทางด้านความเท่าเทียมทางเพศ ทางด้านความมั่นคงและยั่งยืนของมนุษย์ หากต้องการยกระดับคุณภาพของคนไทยให้สูงขึ้นกว่าในปัจจุบัน^๕ ในขณะที่ผลการสำรวจระดับชาติประจำปี พ.ศ. ๒๕๕๕ พบว่า ดัชนีชี้วัดคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ที่ดีของคนไทยในภาพรวมลดลงจากปี พ.ศ. ๒๕๕๔ และมีแนวโน้มว่า คนไทยส่วนใหญ่ยังไม่พึงพอใจต่อชีวิตความเป็นอยู่อันเนื่องมาจากปัจจัยแวดล้อมต่าง ๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับบริบทในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะผลพวงทางด้านสังคมและเศรษฐกิจ^๖ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของมูลนิธิเพื่อคนไทยซึ่งเปิดเผยร่วมกับสมาคมวิจัยการตลาดแห่งประเทศไทยที่เก็บข้อมูลจากคนไทย ๑๐๐,๐๐๐ คน ทั่วทั้ง ๗๗ จังหวัด ในช่วงระหว่างเดือนกรกฎาคมถึงเดือนกันยายน ๒๕๕๕ พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของคนไทยในระดับมาก ได้แก่ ปัจจัยด้านรายได้ ทรัพย์สินและหนี้สิน รายได้ไม่พอกับค่าใช้จ่าย ค่าครองชีพที่สูงขึ้น สุขภาพ ความมั่นคงในการทำงาน การใช้เวลาในครอบครัวที่น้อยลง และลักษณะการใช้ชีวิตส่วนตัว (Life style) ที่แตกต่างกัน ในขณะที่เรื่องของสิทธิความเท่าเทียมกันในสังคม สิ่งแวดล้อม รัฐบาล บทบาทสื่อ และบทบาทภาคธุรกิจต่อประเทศมีความสำคัญรองลงมา^๗ สำหรับผลการสำรวจของมหาวิทยาลัยมหิดลเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของคนไทยในวัยทำงาน ช่วงระหว่างปี พ.ศ. ๒๕๕๕

^๕ศุภเจตน์ จันทร์สาธิต, คุณภาพชีวิตของคนไทย : นัยจากดัชนีการพัฒนามนุษย์, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, ๒๕๕๑), หน้า ๕๑.

^๖กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, ผลการสำรวจระดับชาติประจำปี ๒๕๕๕, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.dmh.go.th> (๑๕ มีนาคม ๒๕๕๘).

^๗มูลนิธิเพื่อคนไทยและสมาคมวิจัยการตลาดแห่งประเทศไทย, รายงานผลการสำรวจ ความคิดเห็น “คนไทย” มอนิเตอร์ เสียงนี้มีพลัง (จาก ๑๐๐,๐๐๐ คน ทั่วประเทศ เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงประเทศไทย ในทิศทางที่ดีขึ้นด้วยการมีส่วนร่วมของคนไทย ปี ๒๕๕๕), [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.khonthaifoundation.org> (๑๕ มีนาคม ๒๕๕๘).

จนถึงปี พ.ศ. ๒๕๕๑ ยังพบสิ่งที่น่าสนใจเพิ่มเติมว่า เมื่อกำหนดเครื่องมือเพื่อการสำรวจวิจัย โดยใช้การประเมินใน ๘ มิติ คือ สุขภาพกายดี (Happy Body) ผ่อนคลายดี (Happy Relax) น้ำใจดี (Happy Heart) จิตวิญญาณดี (Happy Soul) สังคมดี (Happy Society) ครอบครัวดี (Happy Family) ใฝ่รู้ดี (Happy Brain) สุขภาพการเงินดี (Happy Money) และการงานดี (Happy Work-life) ปรากฏว่า บริบทของคุณภาพชีวิตคนไทยแต่ละมิตินั้นมีระดับคะแนนแตกต่างกันไป แต่มิติที่ผลคะแนนต่ำที่สุดหรือมีปัญหามากที่สุดก็คือ มิติการผ่อนคลายดี (Happy Relax) และรองลงมาคือ มิติสุขภาพการเงินดี (Happy Money) ขณะที่มิติน้ำใจดี (Happy Heart) และมิติจิตวิญญาณดี (Happy Soul) มีผลคะแนนจากการประเมินอยู่ในระดับสูงสุด^๔ บ่งบอกได้ว่า สาเหตุของทุกข์หรือปัญหาส่วนใหญ่ล้วนมีที่มาจากความไม่สมดุลในการบริหารจัดการชีวิตเป็นสำคัญ โดยเฉพาะการขาดการฝึกฝนจิตใจให้เข้มแข็งมีสติและปัญญาเพื่อพร้อมต่อการเผชิญปัญหาทุกข์ในชีวิต ฉะนั้น ทางเลือกในการนำหลักธรรมทางพุทธศาสนาเพื่อเข้ามาเกี่ยวข้องในเชิงบูรณาการร่วมกับแนวคิดในการดูแลองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับมิติทางด้านร่างกายและจิตใจจึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในขั้นพื้นฐานของการแก้ปัญหาและการพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้งในระยะสั้นและระยะยาว เนื่องจากสามารถก่อให้เกิดประโยชน์ที่เกื้อกูลกันใน ๓ ด้าน คือ ตัวมนุษย์เอง สังคม สิ่งแวดล้อม หรือที่เรียกว่า ระบบองค์รวมสมบูรณ์^๕

จากความสำคัญและเหตุผลข้างต้นดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีจุดมุ่งหมายสำคัญในการศึกษาสภาพปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน เพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์และเสนอแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมเพื่อแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยให้เกิดผลเป็นรูปธรรมและยั่งยืนในฐานะอีกหนึ่งทางเลือกที่น่าสนใจสำหรับงานวิจัยในครั้งนี้

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาสภาพปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน
- ๑.๒.๓ เพื่อเสนอแนวทางการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

^๔ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต, **คุณภาพชีวิต : แนวคิดพัฒนาการในการวัดความสุขของคนทำงาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๘), หน้า ๑-๒.

^๕สุทธิพร รัตนธร ศรีธธา. “ศึกษาการพัฒนาที่ยั่งยืนแนวพุทธในทัศนะของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๕.

๑.๓ ขอบเขตของการศึกษาวิจัย

เนื่องจากการวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพที่อาศัยข้อมูลด้านเอกสาร (Documentary Research) และข้อมูลจากการสัมภาษณ์ในเชิงลึก (In-depth Interview) เพื่อมาประกอบการวิเคราะห์และสังเคราะห์งานวิจัย ดังนี้

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

๑.๓.๑.๑ ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารในชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) คือ พระไตรปิฎก ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ร่วมกับการศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) คือ วิทยานิพนธ์ และหนังสือเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะประเด็นและข้อมูลที่มีหลักฐานปรากฏชัดเจนจากเอกสารหรือผลงานทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับสภาพปัญหาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน โดยเฉพาะเอกสารจากรายงานคุณภาพชีวิตของคนไทย จากข้อมูลความจำเป็นพื้นฐาน (จปฐ.) และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัญหาคุณภาพชีวิตคนไทยในช่วงระหว่างปี พ.ศ. ๒๕๕๕ – พ.ศ. ๒๕๕๗

๑.๓.๑.๒ ศึกษาแนวคิดที่ได้จากการสัมภาษณ์บุคคลผู้ทรงคุณวุฒิใน ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านพุทธศาสตร์ ด้านสังคมศาสตร์ ด้านศึกษาศาสตร์ และด้านสาธารณสุขศาสตร์ ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิตคนไทยในช่วงปัจจุบัน (พ.ศ. ๒๕๕๗ – พ.ศ. ๒๕๕๘) ซึ่งประกอบด้วยประเด็นสัมภาษณ์ ดังนี้

๑) มุมมองสภาพและปัญหาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน

๒) มุมมองสภาพและปัญหาเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน

๓) มุมมองเกี่ยวกับแนวทางการแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน

๔) หลักธรรมในทางพุทธศาสนาที่สามารถนำมาประยุกต์และบูรณาการเพื่อแก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน

๕) แนวทางสำคัญในการยกระดับคุณภาพชีวิตคนไทยให้ดีขึ้นอย่างยั่งยืนทั้งระดับปัจเจกชน ระดับองค์กร และระดับนโยบาย

๑.๓.๒ ขอบเขตด้านประชากร ได้แก่ กลุ่มเป้าหมาย (ผู้ให้สัมภาษณ์) ซึ่งประกอบไปด้วยผู้ทรงคุณวุฒิ ๔ ด้าน จำนวน ๑๖ คน ดังนี้

๑.๓.๒.๑ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านพุทธศาสตร์ (จำนวน ๖ คน) ได้แก่

๑) พระศรีกัมภีรญาณ

(สมจินต์ สมมาปญโญ/วันจันทร์) , รศ ดร.

ตำแหน่ง รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒) รศ.ดร.สมิทธิพล เนตรนิมิตร

ตำแหน่ง ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตร

ประกาศนียบัตรบัณฑิต สาขาพระไตรปิฎกศึกษา

และอาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๓) ผศ.รท.ดร.บรรจบ บรรณรุจิ

ตำแหน่ง ภาควิชาสังคมศาสตร์

สำนักธรรมศาสตร์และการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน

และอาจารย์พิเศษบัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๔) ผศ.ดร.วุฒินันท์ กันทะเตียน

ตำแหน่ง ประธานหลักสูตรปริญญาโท

สาขาวิชาศาสนากับการพัฒนา

คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์

๕) ดร.सानุ มหัทธนาคุลย์

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำวิทยาลัยพุทธศาสตร์นานาชาติ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๖) ดร.อรชร ไกรจักร์

ตำแหน่ง ผู้ช่วยกรรมการผู้จัดการโรงพยาบาลสำโรง

การแพทย์และอาจารย์พิเศษประจำมหาวิทยาลัย

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑.๓.๒.๒ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านสังคมศาสตร์ (จำนวน ๒ คน) ได้แก่

๑) ผศ.ดร.จิตติ มงคลชัยอรัญญา

ตำแหน่ง คณบดีวิทยาลัยพัฒนศาสตร์ (ป๋วย อึ๊งภากรณ์)

มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

๒) นายศุภชัย สุพรรณทอง

ตำแหน่ง นักวิชาการพัฒนาชุมชนชำนาญการพิเศษ
กรมพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย
กระทรวงมหาดไทย

๑.๓.๒.๓ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านศึกษาศาสตร์ (จำนวน ๓ คน) ได้แก่

๑) รศ.ดร.ศรินทร์ทิพย์ กิตติสุขสถิตย์

ตำแหน่ง รองผู้อำนวยการสถาบันวิจัยประชากร
และสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล
(ผู้เชี่ยวชาญเรื่องคุณภาพชีวิตและความสุข)

๒) ผศ.ดร. สุชุมพงษ์ ชาญนวงศ์

ตำแหน่ง ประธานหลักสูตรปริญญาเอก
สาขาวิชาจริยศาสตร์ศึกษา คณะสังคมศาสตร์
และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

๓) ดร.อาชว์ฤทธิ์ น้อมเนียน

ตำแหน่ง อาจารย์ประจำภาควิชามนุษยศาสตร์
คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหิดล

๑.๓.๒.๔ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านสาธารณสุขศาสตร์ (จำนวน ๕ คน) ได้แก่

๑) ผศ.นายแพทย์ภาริส วงศ์แพทย์

ตำแหน่ง กรรมการบริหารโรงพยาบาลสำนักงานแพทย์
และอาจารย์คณะแพทยศาสตร์พินฟู โรงพยาบาลรามาริบัติ

๒) นางสมทรง ชีรพงศ์ภักดี

ตำแหน่ง พยาบาล (ผู้จัดการฝ่ายการพยาบาล)
โรงพยาบาลสำนักงานแพทย์

๓) นางอุสา เจริญชัย

ตำแหน่ง ผู้จัดการฝ่ายอาชีวอนามัย
โรงพยาบาลสำนักงานแพทย์

๔) นางสาวศิริพร เจริญพจน์รา

ตำแหน่ง ผู้จัดการฝ่าย ICU ผู้ชำนาญการพยาบาล
โรงพยาบาลสมุทรสาคร

๕) นางสาวจุริพร ป้องเกิด

ตำแหน่ง พยาบาลประจำโรงพยาบาลศรีนครินทร์

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

๑.๓.๓ ขอบเขตด้านระยะเวลา

ได้แก่ ภาควิชาการศึกษาที่ ๑-๒ ปีการศึกษา ๒๕๕๘- ๒๕๕๙ (ระหว่างเดือนเมษายน ถึง เดือนตุลาคม และ ระหว่างเดือน พฤศจิกายน ถึง เดือนมีนาคม ในแต่ละปีการศึกษา) ตามหลักสูตร คุชฌิบัณฑิตของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สาขาพระพุทธศาสนา (แบบ ๑.๒)

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๔.๑ ปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทย ได้แก่ เรื่องใดบ้าง

๑.๔.๒ หลักพุทธธรรมเรื่องใดบ้าง ที่สามารถประยุกต์แก้ไขปัญหาคุณภาพชีวิตของคนไทยได้อย่างเหมาะสม

๑.๔.๓ แนวทางในการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนต้องประกอบไปด้วยอะไรบ้าง

๑.๕ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

การบูรณาการ หมายถึง ข้อเสนอแนะด้านหลักการหรือแนวทางที่มีการประยุกต์ใช้ร่วมกัน อย่างผสมผสานและกลมกลืนเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์หรือผลความคุ้มค่าต่อการนำมาปรับใช้ ให้เข้ากันอย่างลงตัว ถูกต้อง และเหมาะสมต่อการบรรลุผลได้ตามเป้าหมายที่วางไว้

หลักพุทธธรรม หมายถึง หลักธรรมคำสอนในทางพระพุทธศาสนาที่ได้จากการศึกษา และสัมภาษณ์บุคคลกลุ่มเป้าหมายตามงานวิจัย โดยเฉพาะหลักธรรมที่ผู้ให้สัมภาษณ์แสดง ความคิดเห็นที่สอดคล้องกันต่อความเหมาะสมในการนำมาบูรณาการร่วมกันกับแนวคิดเพื่อแก้ไข ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนได้อย่างเป็นรูปธรรมโดยยึดหลักอริยสัจ ๔ เป็นกรอบในการ วิเคราะห์

พัฒนา หมายถึง สภาวะแห่งการปรับหรือเปลี่ยนแปลงเพื่อให้เกิดความเจริญงอกงาม หรือเป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น

คุณภาพชีวิต หมายถึง ลักษณะความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคลที่ประกอบด้วยปัจจัยพื้นฐาน ที่พอเพียงและสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตามอัตภาพของแต่ละบุคคลทั้งด้านร่างกาย และด้านจิตใจ

ยั่งยืน หมายถึง ผลของการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตให้เกิดความสมดุล มั่นคง และต่อเนื่องในระยะยาว

๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

(ก) หนังสือ

๑.๖.๑ Maslow (มาสโลว์) ได้กล่าวสรุปเกี่ยวกับองค์ประกอบของความพึงพอใจในชีวิต และคุณภาพชีวิตที่ดีนั้นขึ้นอยู่กับ การตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานตามลำดับ ดังนี้ คือ

๑.๖.๑.๑ ความต้องการเพื่อการอยู่รอดของมนุษย์ ได้แก่ ความต้องการอากาศ อาหาร น้ำ ยารักษาโรค เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และความต้องการทางเพศ

๑.๖.๑.๒ ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย

๑.๖.๑.๓ ความต้องการความรัก ความเห็นอกเห็นใจ และความรู้สึกเป็นเจ้าของ

๑.๖.๑.๔ ความต้องการความรู้สึกมีคุณค่าและได้รับการยอมรับนับถือ และ

๑.๖.๑.๕ ความต้องการความสำเร็จ และความรู้สึกสมบูรณ์ในชีวิต^{๑๐}

๑.๖.๒ สุจิตร์ ทองอยู่ ได้กล่าวถึงการวัดคุณภาพชีวิตว่า ไม่มีวิธีการตายตัวที่จะใช้วัดคุณภาพชีวิต และคุณภาพของคนขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมของคน ชีวิตที่มีคุณภาพอาจแบ่งได้ ๒ ระดับ คือ

๑.๖.๒.๑ ระดับแรก เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่เป็นความจำเป็นในการดำรงชีวิต ได้แก่ ความจำเป็นต่ำสุดที่มีต่ออาหาร (อาหารจำเป็นต่อสุขภาพ) ที่อยู่อาศัย (มีห้องและเครื่องป้องกันจากสิ่งต่าง ๆ) และเสื้อผ้า (สำหรับสวมใส่เพื่อความเหมาะสม เพื่อป้องกันความรุนแรงของอากาศ) นอกจากนี้ ยังเกี่ยวข้องกับสุขภาพ ซึ่ง หมายถึง สุขภาพแข็งแรง มีความกระปรี้กระเปร่า เจ็บไข้่น้อยครั้ง และความมั่นคงและอิสระจากความไม่ถูกต้อง มีเศรษฐกิจดี สังคมดี และสนใจการเมืองเมื่อคนเรามีสิ่งจำเป็นดังกล่าวนี้แล้วก็ย่อมจะต้องการความจำเป็น

๑.๖.๒.๒ ระดับที่สอง เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตดี กล่าวคือ มีค่านิยมที่เหมาะสม กลืนกับสังคม วัฒนธรรม การเมือง และสิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจ เป็นสิ่งซึ่งแต่ละบุคคลสามารถใช้เป็นรากฐานการตัดสินใจอันสำคัญของชีวิต มีความสมดุลระหว่างความปรารถนาและความเป็นไปได้ที่จะบรรลุถึงความปรารถนา มีอุดมการณ์ของชีวิต และมีชีวิตกลมกลืนกับครอบครัว ชุมชน และสิ่งแวดล้อม

^{๑๐}Maslow. A.H. **Motivation and personality**. 2nd, (Ed. New York : Harper 8 Row, 1970), p.138.

ทั้งนี้ แนวคิดสำหรับคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น จึงควรมีลักษณะที่ประกอบไปด้วย การรู้จักคิดอย่างมีจุดหมายปลายทาง ความสามารถคาดการณ์ล่วงหน้าได้ ความสามารถดำเนินกิจการยุ่งยากซับซ้อนได้ดีกว่าคนที่ไม่มีคุณภาพ การยินดีรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และสนใจงานของผู้อื่น นอกจากนี้ องค์ประกอบที่สำคัญที่จะทำให้คนเรามีคุณภาพที่ดีควรต้องประกอบด้วย การมีความรู้สามัญมากพอสมควร การมีประสบการณ์มากพอสมควร การมีความมั่นคงด้านจิตใจ และการมีความชำนาญในการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น^{๑๑}

๑.๖.๓ ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์ ได้นิยาม ชีวิตที่มีคุณภาพว่า หมายถึง ชีวิตที่ไม่เป็นภาระและไม่ก่อปัญหาทางสังคม เป็นชีวิตที่มีความสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีความคิดและความสามารถที่จะดำรงสภาพทางเศรษฐกิจ สังคม การเมืองการปกครองได้อย่างถูกต้อง แก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่ซับซ้อนได้ สามารถหาวิธีการที่ชอบธรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนประสงค์ภายใต้เครื่องมือและทรัพยากรที่มีอยู่^{๑๒}

๑.๖.๔ ยุพา อุดมศักดิ์ ได้อธิบายความหมายของการพัฒนาคุณภาพชีวิตว่า หมายถึง คุณภาพในด้านสุขภาพ สังคม เศรษฐกิจ การศึกษา การเมือง และศาสนา ซึ่งเป็นค่าเทียบเคียงไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัวแน่นอน กล่าวคือ ทุกคนหรือทุกประเทศอาจจะกำหนดมาตรฐานต่าง ๆ กันไปตามความต้องการและความต้องการในคุณภาพชีวิตนี้ย่อมจะเปลี่ยนแปลงไปได้ตามกาลเวลาและภาวะ^{๑๓}

๑.๖.๕ สมจิตต์ สุพรรณทัศน์ และนิภา มนูญปิฏ ได้กล่าวสรุปถึงองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตตามทัศนะของนักจิตวิทยา นักสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ แบ่งมนุษย์ออกเป็น ๓ ส่วน คือ

๑.๖.๕.๑ ส่วนของร่างกาย

๑.๖.๕.๒ ส่วนของอารมณ์

๑.๖.๕.๓ ส่วนของความคิด

^{๑๑}สุจิตร์ ทองอยู่, จิตวิทยาทางสังคม, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ชีวาวัฒน์, ๒๕๔๕), หน้า ๗๔.

^{๑๒}ชัยวัฒน์ ปัญจพงษ์, การพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในสังคมไทย, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์โอเคียนสโตร์, ๒๕๔๕), หน้า ๗๕.

^{๑๓}ยุพา อุดมศักดิ์, เรื่องภาวะสังคมไทย, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๔๗), หน้า ๖.

ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้มีการเปลี่ยนแปลงเคลื่อนไหว ทำให้เกิดความต้องการด้านต่าง ๆ เกิดขึ้น ดังนี้ ความต้องการทางด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ทางสังคม ทางความคิด และทางจิตใจ ความต้องการต่าง ๆ ถ้าได้รับการตอบสนองในทางที่ดี จะทำให้นุคคลความรูสึกพึงพอใจในชีวิตและมีความสุข การที่จะมีความสุขได้นั้นจะต้องมีความสุขทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ เพราะว่า ร่างกาย อารมณ์ และความคิดจิตใจเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่สุด^{๔๔}

๑.๖.๖ พระครูสุนทรธรรมโสภณ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ พุทธปรัชญาเพื่อพัฒนามนุษย์ สรุปความได้ว่า มนุษย์ที่พัฒนาตนตามหลักการทางพระพุทธศาสนา จะทำให้ตนเองมีความสุขด้วยตนเองได้มากขึ้น และพึงพาต่อวัตถุน้อยลงตรงข้ามกับกระแสการพัฒนาแบบอุตสาหกรรมที่ว่ายิ่งมีวัตถุบริโภคมามากก็ยิ่งมีความสุขมาก แล้วก็ยึดเอาความสุขของตนเองไปขึ้นกับวัตถุมากขึ้นตามลำดับจนส่งผลให้ความสามารถที่จะสร้างสุขด้วยตนเองน้อยลง จนกระทั่งกลายเป็นลักษณะของมนุษย์ในยุคสังคมปัจจุบัน ซึ่งต้องใช้คำว่า เป็นมนุษย์ที่ยังเติบโตขึ้นสักเท่าใดก็ยังสุขยากขึ้นพร้อมกับทุกข์ง่ายขึ้น พัฒนาศักยภาพที่จะเป็นทุกข์ให้สูงขึ้นเรื่อย ๆ ในการจะพัฒนามนุษย์ที่มีคุณภาพ จึงจำเป็นต้องพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุขให้ง่ายขึ้น โดยต้องการวัตถุน้อยลงมีความสุขพอเพียงในเรื่องวัตถุที่จำเป็นต่อการสร้างความสุขของตัวเราให้น้อยลง จนกระทั่งเรามีความสุขเต็มอิ่มในตัวเองตลอดเวลา ให้วัตถุภายนอกเป็นเพียงส่วนเสริม เราก็มีความสุขพร้อมชีวิตที่มีอิสรภาพโดยสมบูรณ์^{๔๕}

๑.๖.๗ สมภพ ชีวรัฐพัฒน์ ได้กล่าวไว้ในหนังสือ มงคลธรรมกับคุณภาพชีวิต สรุปความได้ว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้เกิดความก้าวหน้าและเป็นมงคลชีวิต จนกระทั่งสามารถพัฒนาจิตใจให้หมดกิเลสบรรลุนิพพานได้นั้นจำเป็นต้องฝึกตนให้เป็นคนดีด้วยการรู้จักคบบัณฑิต บูชาผู้ที่ควรบูชา สร้างวาสนาให้กับตนเองโดยเลือกสถานที่ทำมาหากินที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม สะสมผลบุญ ตั้งตนไว้ชอบด้วยหลักคุณธรรม พัฒนาตนเองให้เป็นคนมีประโยชน์บำเพ็ญประโยชน์สังคม ประพฤติธรรม พัฒนาสติปัญญา มองเห็นอริยสัจสี่ ทำพระนิพพานให้แจ้ง

^{๔๔}สมจิตต์ สุพรรณทัศน์ และนิภา มนูญปิฎ, ประชากรกับคุณภาพชีวิต, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ศรีอนันต์, ๒๕๒๕), หน้า ๒๕.

^{๔๕}พระครูสุนทร ธรรมโสภณ, พุทธปรัชญาเพื่อพัฒนามนุษย์, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๑๑๖.

จิตสิ้นกิเลส ไม่หวั่นไหวในโลกธรรม ไม่มัวเมาในลาภ ยศ สรรเสริญ จิตไม่เศร้าโศก จิตปราศจาก
 ธุลี มีจิตเกษม หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง^{๖๖}

๑.๖.๘ สุริวัตร จันทร์โสภา ได้สรุปถึงพระพุทธศาสนากับการพัฒนาตนเองว่า
 การพัฒนาในที่นี้คือ การปรับปรุงหรือเปลี่ยนแปลงบางอย่างให้ดีขึ้น โดยอาจเป็นสิ่งที่ยังไม่ดีให้
 กลายเป็นดี หรือสิ่งที่ดีอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้น โดยเฉพาะการพัฒนาตนเอง ซึ่งอาจมองได้เป็น ๒ ทาง คือ
 การพัฒนาตนให้เป็นคนดี กับการพัฒนาตนให้เป็นคนเก่ง สำหรับหลักธรรมในพุทธศาสนานั้นมี
 หลักธรรมที่ส่งเสริมให้มนุษย์สามารถพัฒนาตนให้เป็นทั้งคนดีและคนเก่งได้มากมาย เช่น หลัก
 เบญจศีลและเบญจธรรม เพื่อให้เป็นคนดี หลักอิทธิบาท ๔ และพละ ๕ เพื่อให้เป็นคนเก่ง เป็นต้น^{๖๗}

๑.๖.๙ สุมณ อมรวิวัฒน์ ได้อธิบายถึงการฝึกจิตใจให้มีคุณธรรมและเกิดการพัฒนา
 ในหนังสือ หลักบูรณาการทางการศึกษาตามนัยแห่งพุทธธรรม ไว้ว่า มนุษย์เราต้องควบคุมจิตใจ
 ให้สามารถข่มนิวรณ์ลงได้ ทำให้จิตสงบและจิตใจได้ดี เป็นปัจจัยเชื่อมโยงไปสู่การศึกษา
 ในเรื่องปัญญาศึกษา ซึ่งถือเป็นลำดับสูงสุดของกระบวนการพัฒนามนุษย์จากหลักไตรสิกขา
 อันได้แก่ อธิศีลสิกขา อธิจิตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา ตามลำดับ^{๖๘}

๑.๖.๑๐ นางเยาว์ อรุณศิริวงศ์ ได้อธิบายความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนา
 คุณภาพชีวิตว่า คุณภาพชีวิต คือ การที่บุคคลมีระดับการดำรงชีวิตที่เหมาะสมตามสภาพความจำเป็น
 ของพื้นฐานทางสังคม ซึ่งสนองต่อความต้องการทางร่างกาย จิตใจ สังคม และความคิดอย่าง
 เพียงพอ จนก่อให้เกิดการมีสุขภาพทางร่างกายและจิตใจที่ดี ซึ่งสำหรับประเทศไทยแล้ว แนวคิดใน
 การพัฒนาคุณภาพชีวิตเกิดขึ้นในช่วงปลาย พ.ศ. ๒๕๐๓ โดยแนวคิดที่นำมาใช้ในระบะแรก คือ
 แนวคิดว่าด้วยความจำเป็นพื้นฐานที่เรียกว่า จปฐ. และได้เริ่มถูกกล่าวถึงตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจ
 และสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๓ (พ.ศ. ๒๕๑๕ – ๒๕๑๙) ซึ่งถือได้ว่าเป็นจุดเริ่มการปรับกระบวน
 ทิศน์และทิศทางการพัฒนาประเทศโดยรวมต่อมา และในปี พ.ศ. ๒๕๒๘ คณะรัฐมนตรีได้ประกาศ

^{๖๖}สมภพ ชีวรัฐพัฒน์, *มงคลธรรมกับคุณภาพชีวิต (มงคล ๓๘)*, (กรุงเทพมหานคร : นานาสีพิมพ์, ๒๕๔๒), หน้า ๒๕๖.

^{๖๗}สุริวัตร จันทร์โสภา, *พระพุทธศาสนา (ม.๑)*, (กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๕๑), หน้า ๕๖.

^{๖๘}สุมณ อมรวิวัฒน์, *หลักบูรณาการทางการศึกษาตามนัยแห่งพุทธธรรม*, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๔), หน้า ๒๕-๒๖.

ให้เป็นปริมณงค์คุณภาพชีวิตประชาชนในชาติ โดยใช้เครื่องชี้วัดความจำเป็นพื้นฐาน ๘ หมวด ๓๒ ตัวชี้วัด เป็นเครื่องมือที่ใช้วัดคุณภาพชีวิตของคนไทย^{๑๙}

(ข) วิทยานิพนธ์และงานวิจัย

๑.๖.๑๑ พระมหาล้วน ผาสุกโก (โคจนะนา) ได้ทำวิจัยเรื่อง ผลกระทบของสุราเมรัยที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต : มุมมองจากพุทธจริยศาสตร์ ได้สรุปความหมายของการพัฒนาคุณภาพชีวิตว่าหมายถึง การดำรงชีพของมนุษย์ในระดับที่เหมาะสมตามความจำเป็นพื้นฐานในสังคมหนึ่ง ๆ ในช่วงเวลาหนึ่ง ๆ ได้อย่างมีความสุข ทั้งนี้ โดยมีเกณฑ์ความจำเป็นพื้นฐานของชีวิตที่จะต้องมิไ้ร่รอนรับ ได้แก่ การมีปัจจัย ๔ ที่ใช้ในการดำรงชีวิตได้อย่างพอเพียงและมีคุณภาพ และมีความจำเป็นพื้นฐานอื่น ๆ ที่สามารถทำให้ดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เช่น สิทธิเสรีภาพ ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน เป็นต้น^{๒๐}

๑.๖.๑๒ คำพอง สมศรีสุข ได้ทำวิจัยเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธธรรม : ศึกษากรณีการเจริญสติแบบเคลื่อนไหวของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก สรุปความได้ว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้น จะต้องอาศัยหลักพุทธธรรมเป็นเครื่องมือในการพัฒนา การศึกษาเรียนรู้ การเจริญสติแบบเคลื่อนไหว เป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้สนใจในการปฏิบัติธรรมไม่ว่าจะนับถือศาสนาใดหรือชนชาติใด ไม่ว่าจะเป็นหญิงหรือชาย เด็กหรือผู้ใหญ่ มีฐานะอย่างไร ได้มีทางเลือกในการประพฤติปฏิบัติตนให้เกิดความรู้สึกในทุกอิริยาบถให้เกิดความมั่นใจ ซึ่งการจะปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่องนี้เป็นสิ่งจำเป็นและสำคัญที่สุดต่อชีวิตในการพัฒนาตนเองและเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้พ้นทุกข์^{๒๑}

๑.๖.๑๓ ชนิกา ภูวดิษยคุณ ได้ทำวิจัยเรื่อง การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการบริหารความเครียดในองค์กร ได้สรุปที่พึงตามหลักพุทธธรรมว่า มี ๒ ลักษณะ คือ

^{๑๙}นางเยาว์ อรุณศิริวงศ์, การจัดการทรัพยากรมนุษย์ : การพัฒนาคุณภาพชีวิต, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช, ๒๕๕๗), หน้า ๖ – ๗.

^{๒๐}พระมหาล้วน ผาสุกโก (โคจนะนา), “ผลกระทบของสุราเมรัยที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต : มุมมองจากจริยศาสตร์”, วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๖๗.

^{๒๑}คำพอง สมศรีสุข, “การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธธรรม : ศึกษากรณีการเจริญสติแบบเคลื่อนไหวของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (สำนักงานบัณฑิตศึกษา : สถาบันราชภัฏเลย, ๒๕๕๖), หน้า ๑๓๑.

๑.๖.๑๓.๑ ที่พึงภายใน คือ การทำความดีทางกาย วาจา ใจ ด้วยการเข้าถึง พระรัตนตรัย ๓ ประการ ได้แก่ ถึง พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ว่าเป็นที่พึง (สละ อันประเสริฐ) และเห็นอริยสัจ ๔ อันได้แก่ ทุกขอริยสัจ สมุทัยอริยสัจ นิโรธอริยสัจ และมรรค อริยสัจ การกระทำความดีกล่าว เป็นการสร้างที่พึงแก่ตนเองโดยแท้จริง เพราะหากบุคคลรู้ทุกข์ รู้สาเหตุ แห่งทุกข์ รู้การดับทุกข์ และรู้วิธีการดับทุกข์ด้วยตนเอง ก็จะพ้นทุกข์ด้วยตนเอง ไม่ใช่คนอื่นทำให้ ตน และการปฏิบัติตนตามหลักของสติปัญญา ๔ ก็ถือว่า เป็นการสร้างที่พึงแก่ตนทั้งภายในและ ภายนอก

๑.๖.๑๓.๒ ที่พึงภายนอก คือ หลักปฏิบัติมรรค ๘ ในอริยสัจ ๔ (สัมมาอาชีวะ สัมมากัมมันตะ ได้แก่ การประกอบอาชีพสุจริต งานสุจริต และงานที่ถูกต้อง) นั้น ชี้ให้เห็นว่า พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการกระทำ (กิริยาวัต) ไม่ได้เป็นศาสนาแห่งความเชื่อในเรื่อง อำนาจแห่งสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือเทพเจ้าต่าง ๆ ตลอดทั้งอำนาจผีสาร อันเป็นอำนาจภายนอก มากระทำ ให้หรือบันดาลให้เป็นไป พระพุทธศาสนาเชื่อในการกระทำของมนุษย์ คือ เชื่อว่ามนุษย์ทุกคน มีศักยภาพ สามารถพัฒนาตนเองให้ประเสริฐกว่า ดีกว่าเทพทั้งหลาย และสามารถที่จะแสวงหา ปัจจัย ๔ ได้โดยไม่ต้องพึ่งใคร^{๒๒}

๑.๖.๑๔ พระมหาสมชาย สิริจนฺโท (ห่านนท์) ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่องพุทธธรรม เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระเทพวรคุณ (สमान สุเมโธ) ได้สรุปแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตในพระพุทธศาสนาเถรวาท แบ่งออกเป็น ๔ ด้าน ได้แก่

๑.๖.๑๔.๑ การพัฒนาทางความประพฤติ คือ ทางกาย และวาจา ให้มีศีล

๑.๖.๑๔.๒ การพัฒนาด้านอินทรีย์ ๖ คือ ให้รู้จักสำรวจอินทรีย์ของตนอย่างมี สติกำกับ

๑.๖.๑๔.๓ การพัฒนาด้านจิตใจให้เกิดความเข้มแข็งและมั่นคงสามารถทำงาน ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

^{๒๒}ชนิกา ภูวดิษญกุล. “การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการบริหารความเครียดในองค์กร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๑๖.

๑.๖.๑๔.๔ การพัฒนาปัญญา เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในการปฏิบัติ
 ตนต่อสรรพสิ่งทั้งปวง ไม่ให้เกิดความลุ่มหลงมัวเมา แต่ให้เป็นอิสระจากสิ่งต่างๆ^{๒๓}

๑.๖.๑๕ พระราชณีย์ อุฐาจารย์ (หมั่นการ) ได้ทำวิจัยเรื่อง การศึกษาเพื่อพัฒนามนุษย์
 ตามแนวพุทธศาสนา : ศึกษาเฉพาะกรณีพุทธทาสภิกขุ สรุปความได้ว่า มนุษย์เกิดมาเพื่อพัฒนา
 ตนเอง หรือจิตใจให้ขึ้นสู่ความสมบูรณ์ที่สุดเท่าที่มนุษย์จะขึ้นถึงได้ ที่เรียกในภาษาอังกฤษว่า
 Self-fulfillment กล่าวคือ พัฒนาจนไม่มีความชั่วหลงเหลืออยู่เลย มีแต่ความดีล้วน ๆ เช่น สมเด็จพระ
 สัมมาสัมพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย เป็นผู้มิตนสมบูรณ์ ไม่บกพร่องโดยอาการใด ๆ
 สิ่งเหล่านี้จึงถือเป็นจุดหมายปลายทางชีวิตของทุกคน^{๒๔}

๑.๖.๑๖ พระสมศักดิ์ สุนทวาโจ (สนธิกุล) ได้ทำวิจัยเรื่อง การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์
 เชิงพุทธตามแนวของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) สรุปความได้ว่า การพัฒนาทรัพยากร
 มนุษย์ตามความหมายของพระพุทธศาสนาก็คือ ภาวนา ๔ ได้แก่

๑.๖.๑๖.๑ กายภาวนา คือ การพัฒนาสภาพด้านความประพฤติ คือ ประพฤติ
 ดีทางกาย วาจา

๑.๖.๑๖.๒ สติภาวนา คือ ให้มีสติ ได้แก่ พัฒนาด้านอินทรีย์ ๖ คือ ให้รู้จัก
 สำรวมอายตนะ

๑.๖.๑๖.๓ จิตภาวนา คือ การพัฒนาด้านจิตใจให้เกิดความเข้มแข็งมั่นคง
 สามารถอดทน และทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๑.๖.๑๖.๔ ปัญญาภาวนา คือ การพัฒนาด้านปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้
 ความเข้าใจอย่างถ่องแท้ในสรรพสิ่ง ซึ่งเป็นระบบบูรณาการเป็นองค์รวมใหญ่ ที่ทำให้มนุษย์ดำรง
 อยู่ได้ด้วยดี ทั้ง ๓ ระบบ คือ มนุษย์ ธรรมชาติ และสังคม เป็นต้น

ฉะนั้น การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการพัฒนาทุนมนุษย์ที่ยั่งยืนจึงเป็นแนวคิด
 ทางศาสนาพุทธเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์ และเป็นแนวทางใหม่ในการทำความเข้าใจเรื่อง
 ทุนมนุษย์ ไม่ได้มีข้อโต้แย้งเกี่ยวกับกระบวนการวิเคราะห์ที่นักเศรษฐศาสตร์ส่วนใหญ่ในปัจจุบัน

^{๒๓}พระมหาสมชาย สิริจนฺโท (หานนท์), “พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของ
 พระเทพวรคุณ (สमान สุเมโธ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิต
 วิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้าบทคัดย่อ.

^{๒๔}พระราชณีย์ อุฐาจารย์ (หมั่นการ), “การศึกษาเพื่อพัฒนามนุษย์ตามแนวพุทธศาสนา : ศึกษา
 เฉพาะกรณีพุทธทาสภิกขุ”, วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔๔.

ใช้อยู่การพัฒนาสังคมที่นำไปสู่ความมั่นคงของมนุษย์นั้นตั้งอยู่บนฐานของระบบการพัฒนา ๒ ระบบ คือ การพัฒนาทุนมนุษย์ตามทฤษฎีเศรษฐกิจพอเพียงแนวพุทธ ซึ่งเป็นแนวปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว โดยเน้นความพออยู่พอกิน พึ่งพาตนเองได้ และมีความเข้มแข็งมีภูมิคุ้มกันปกป้องตนเองได้ และการพัฒนาหลักพุทธธรรมที่มุ่งให้เป็นไปตามมาตรฐานสากลของโลก ตามทฤษฎีความทันสมัยซึ่งเป็นกระแสหลักของการพัฒนา โดยอยู่ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ของทุนมนุษย์ซึ่งตั้งอยู่บนพื้นฐานของความโลภ อันเป็นกิเลสต้นเหตุพื้นฐานของมนุษย์ทั่วไป^{๒๕}

๑.๖.๑๗ วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์ ได้ทำวิทยานิพนธ์ในเรื่อง การศึกษาความสอดคล้องระหว่างการเสริมสร้างสุขภาพเชิงพุทธกับการเสริมสร้างสุขภาพของผู้มีอายุยืนในสังคมไทย ผลการวิจัยพบว่า องค์ความรู้ในการเสริมสร้างสุขภาพในทางพระพุทธศาสนาประกอบไปด้วยสาเหตุที่ทำให้อายุยืนมาจากอดีตกรรมและปัจจุบันกรรม เช่น เว้นจากปาณาติบาต เป็นต้น หลักธรรมแห่งความมีอายุยืน คือ อิทธิบาทสี่ สำหรับสาเหตุที่ทำให้ตายก่อนอายุขัยและยังไม่สิ้นกรรม เช่น อกุศลกรรม การปฏิบัติตนไม่สม่ำเสมอ ไม่ถูกอนามัย ซึ่งในพระพุทธศาสนาเรียกว่า โรค แบ่งออกเป็นโรคทางกายและโรคทางใจ สาเหตุของโรคทางกายมีหลายอย่าง การแก้ปัญหาโรคและความเจ็บป่วยต้องแก้ไขที่เหตุของโรค โรคทางกายรักษาโดยใช้สมุนไพร เป็นต้น การรักษาโรคทางใจต้องใช้ ศีล สมาธิ และปัญญา ทั้งนี้ สาเหตุที่คนมีสุขภาพต่างกันเพราะกรรมเก่า การปฏิบัติตนไม่สม่ำเสมอ และการไม่รู้จักรับรูปร่างกายและจิตใจ สำหรับแนวทางการเสริมสร้างสุขภาพ คือ การทำแต่กุศลกรรมในปัจจุบัน หมั่นดูแลการปฏิบัติตนในกิจวัตรประจำวันให้สม่ำเสมอ และการบำรุงร่างกายและจิตใจ โดยแบ่งการดูแลออกเป็น ๒ ด้าน คือ การดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิต การดูแลสุขภาพกายให้ให้คำนึงถึงสุขอนามัยส่วนบุคคลส่วนรวม และสิ่งแวดล้อม เป็นสำคัญ สำหรับการดูแลสุขภาพจิต ให้ใช้ ๓ วิธี คือ

๑.๖.๑๗.๑ จิตภาวนา คือ การพัฒนาภาวะจิตภายใน

๑.๖.๑๗.๒ ศีลภาวนา คือ การพัฒนาจิตฝ่ายแผ่ออกไปภายนอก

๑.๖.๑๗.๓ ปัญญาภาวนา คือ พัฒนาเพื่อให้จิตเกิด จินตามยปัญญา สุตมยปัญญา ภาวนามยปัญญา หลักการพัฒนาดังกล่าวทั้ง ศีล สมาธิ ปัญญา นี้ พบเพียงความแตกต่างเล็กน้อยกับมรรคมีองค์ ๘ สำหรับแนวทางในการนำองค์ความรู้เพื่อเสริมสร้างสุขภาพ

^{๒๕}พระสมศักดิ์ สนฺตพาโง (สนธิกุล), “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงพุทธตามแนวของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้าบทคัดย่อ.

มาใช้ในสังคมไทยปัจจุบันจึงมีเป้าหมายเพื่อประสิทธิภาพ ๓ ประการ คือ การพัฒนา การปลูกฝัง และการรักษา ซึ่งต้องส่งผลในแนวทาง ๖ ระดับ ได้แก่ ครอบครัว สังคม กระทรวงสาธารณสุข รัฐบาล องค์การศาสนา และบุคคล สำหรับข้อเสนอแนะของผู้วิจัยได้ประยุกต์หลักส่งเสริมให้คนไทยอายุยืนและสุขภาพดีด้วย ๑๐ อ. คือ (อ.๑) อาหาร (อ.๒) อากาศ (อ.๓) อารมณ์ (อ.๔) ออกกำลังกาย (อ.๕) อุจจาระ (อ.๖) อนามัย (อ.๗) เอนอน (อ.๘) อัปมาทะ (อ.๙) อารมณ์ และ (อ.๑๐) อิทธิบาท ^{๒๖}

จากเอกสารและงานวิจัยทางวิชาการที่ทบทวนข้างต้นทั้งหมด ยังไม่พบว่า มีการวิจัยศึกษาหรือ ค้นคว้า เพื่อนำไปสู่การเสนอแนวทางในการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนในภาพรวมให้ได้อย่างเป็นรูปธรรม ฉะนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจและต้องการศึกษาแนวทางในการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามงานวิจัยในครั้งนี้

๑.๗ วิธีดำเนินการศึกษาวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยสำรวจและรวบรวมเอกสารข้อมูล (Documentary Research) ร่วมกับการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยมีขั้นตอนต่อไปนี้

๑.๗.๑ ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องตามวัตถุประสงค์งานวิจัยครั้งนี้ จากเอกสารในชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) คือ พระไตรปิฎก ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

๑.๗.๒ ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องตามวัตถุประสงค์งานวิจัยครั้งนี้ จากเอกสารในชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) คือ วิทยานิพนธ์ และหนังสือเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง จากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ ได้แก่ ห้องสมุดของสถานอุดมศึกษา แหล่งค้นคว้านอกสถานที่ การสืบค้นข้อมูลผ่านระบบเครือข่ายออนไลน์ (Internet) เป็นต้น

๑.๗.๓ นำข้อมูลที่ได้มารวบรวม เรียบเรียง ศึกษา และวิเคราะห์ในข้อ ๑.๗.๑ และ ๑.๗.๒ เพื่อจัดลำดับเนื้อหาแต่ละตอนเป็นหมวดหมู่แล้วจึงนำมาฐานข้อมูลที่ได้ทั้งหมด มาสังเคราะห์แนวทางการบูรณาการร่วมกับผลการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ในลำดับต่อไป

^{๒๖} วิไลวรรณ อาจารย์ยานนท์, “การศึกษาความสอดคล้องระหว่างการเสริมสร้างสุขภาพเชิงพุทธกับการเสริมสร้างสุขภาพของผู้มีอายุยืนในสังคมไทย”, วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้าบทคัดย่อ.

๑.๗.๔ การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยมีลำดับขั้นตอนโดยสังเขป ดังนี้

๑.๗.๔.๑ กำหนดวัตถุประสงค์ของการสัมภาษณ์ความคิดเห็น โดยกำหนดประเด็นในการสัมภาษณ์กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ ๔ ด้าน ได้แก่ ด้านพุทธศาสตร์ ด้านสังคมศาสตร์ ด้านศึกษาศาสตร์ และด้านสาธารณสุขศาสตร์ รวมจำนวน ๑๖ คน เพื่อตอบโจทย์ปัญหาในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ใน ๓ ประเด็น ได้แก่

๑) สภาพปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนไทยในปัจจุบัน

๒) หลักพุทธธรรมที่มีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนได้อย่างเหมาะสม

๓) แนวทางในการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

๑.๗.๔.๒ กำหนดกลุ่มเป้าหมายในการเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ความคิดเห็น (จากทั้ง ๓ สาขา) โดยวางแผนเรื่องกรอบระยะเวลาและวิธีการดำเนินการ

๑.๗.๔.๓ ออกแบบเครื่องมือในการสัมภาษณ์ความคิดเห็นกลุ่มเป้าหมาย โดยกำหนดประเด็นหัวข้อการสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบและรับรองจากผู้เชี่ยวชาญหรือผู้ทรงคุณวุฒิที่มีชื่อเสียงที่เป็นที่ยอมรับในแวดวงวิชาการ จำนวน ๓ คน ดังนี้

๑) ดร.พรณี บุญประกอบ (อดีตรองผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ)

๒) ผศ.รังษิ สุทนต์ (อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

๓) พระมหาสุทิตย์ อาภากรโร, ดร. (อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

๑.๗.๔.๔ จัดเตรียมความพร้อมในการเข้าสัมภาษณ์รายบุคคลในกลุ่มเป้าหมาย เพื่อนำข้อคิดเห็นและประเด็นสาระสำคัญมาวิเคราะห์และสรุปผลเชื่อมโยงกับผลการศึกษาข้อมูลเชิงเอกสารตามข้อ ๑.๗.๓

๑.๗.๕ สรุปผลการวิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลพร้อมเสนอผลการศึกษาค้นคว้าทั้งเชิงเอกสารและผลจากการจัดสนทนากลุ่ม โดยวิธีการพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis) แล้วจึงนำมาเรียบเรียง วิเคราะห์ และสรุปผล ตามลำดับ เพื่อจัดพิมพ์เป็นรูปเล่มวิทยานิพนธ์ฉบับสมบูรณ์ต่อไป

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษาวิจัย

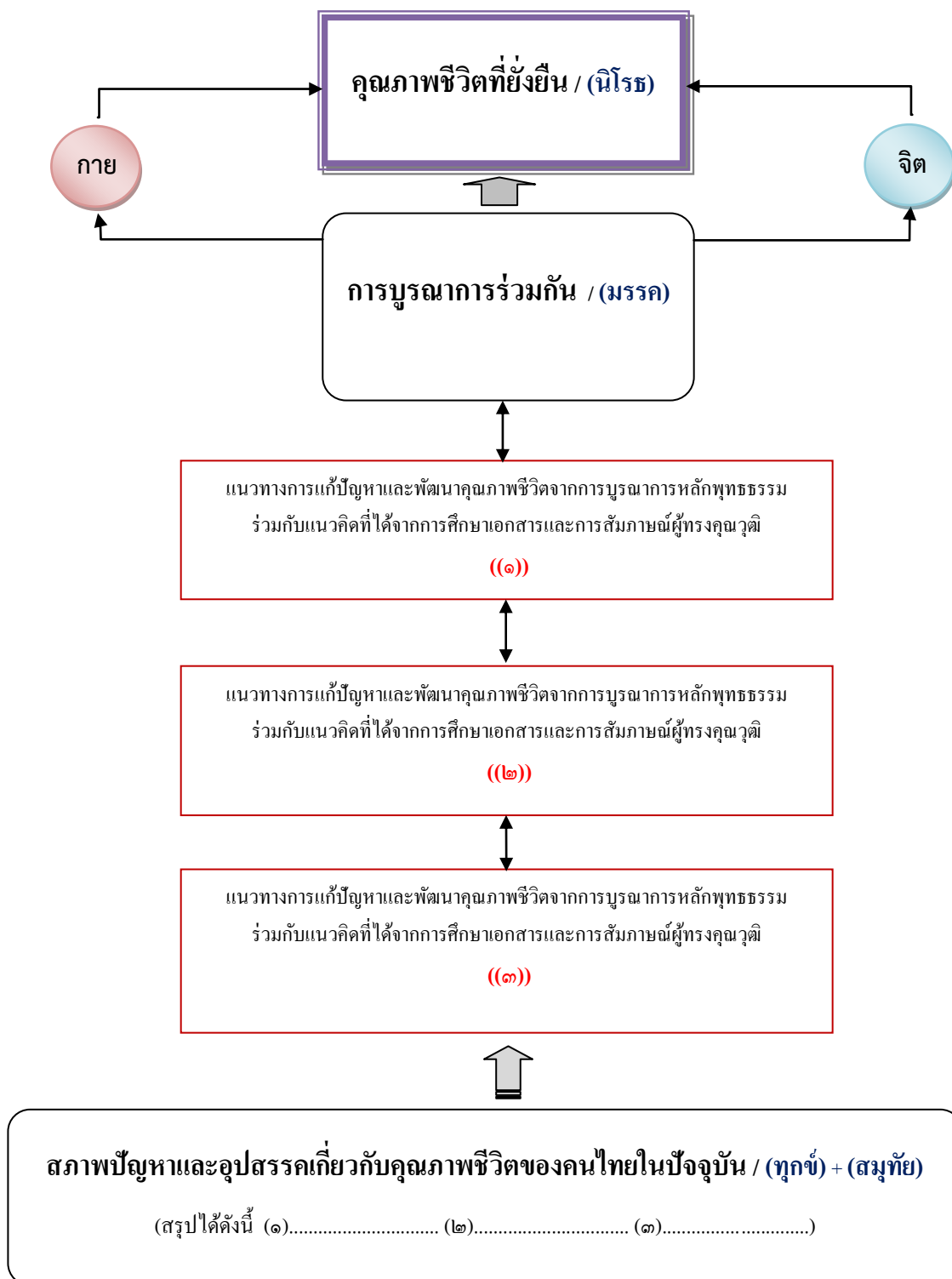
๑.๘.๑ ได้ทราบสภาพปัญหาและอุปสรรคเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของคนไทยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

๑.๘.๒ ได้แนวคิดเกี่ยวกับคุณค่าและประโยชน์ของหลักพุทธธรรมที่สามารถนำมาใช้แก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตได้อย่างเหมาะสม

๑.๘.๓ ได้กรอบความคิดในการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อช่วยส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

๑.๘.๔ ได้แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่บูรณาการด้วยหลักพุทธธรรมไปใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

กรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัยของผู้วิจัย
(ใช้ *Documentary Research & In-depth Interview*)



ที่มา : โดยผู้วิจัย